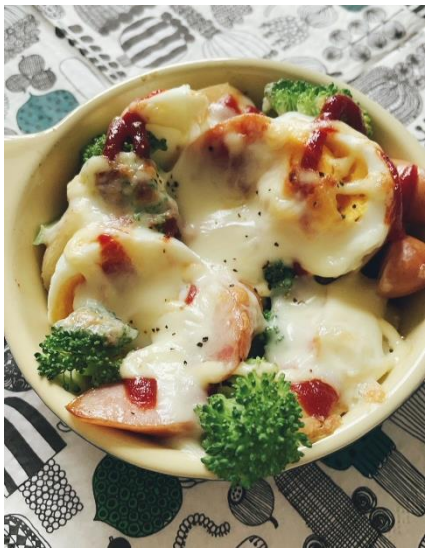
ブロッコリーとポテトのチーズ焼き



【材料】4 人分

ブロッコリー　・・・　１株

ジャガイモ　　・・・　中２個

お好みで：ウインナー、ベーコン、ゆで卵、ツナなど

とろけるチーズ　・・・　適量

　　ケチャップ　・・・　適量

　　マヨネーズ　・・・　適量

　　塩・こしょう　・・・　少々

１．ブロッコリーは小房に切り分け、硬めにゆでる。

２．ジャガイモは一口大に切り、耐熱皿に入れてふんわりとラップをかけ、電子レンジ（500 W）で４分加熱する。

３．お好みの具材を食べやすい大きさに切る。

４．すべての具材を耐熱皿に入れ、ケチャップ、マヨネーズ、塩、こしょうをかける。

５．４にとろけるチーズをたっぷりかけてオーブントースターで焼く。
　　チーズがとろけて焼き色がついたらできあがり。